

**GAMBARAN MEKANISME KOPING DAN KECENDERUNGAN
STRES MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
TINGKAT I SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL AHMAD YANI YOGYAKARTA**

Ekawati¹, Santi Wardaningsih², Fajriyati Nur Azizah³

INTISARI

Latar belakang ini adalah setiap orang mengalami sesuatu yang disebut stres sepanjang kehidupannya. Stres dapat memberi stimulus terhadap perubahan dan pertumbuhan, dan dalam hal ini, suatu stres adalah positif dan bahkan diperlukan. Namun demikian, terlalu banyak stres dapat mengakibatkan penyesuaian yang buruk, penyakit fisik, dan ketidakmampuan untuk mengatasi atau koping terhadap masalah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kategori tingkat stres, mekanisme koping mahasiswa dan kecenderungan stres di STIKES Jenderal A.Yani Yogyakarta.

Metode penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian diskriptif yaitu penelitian yang bertujuan untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara obyektif. Dan tehnik pengambilan sampel dengan menggunakan sampel *random sampling* (acak sederhana).

Hasil penelitian kecenderungan stres yang dialami oleh mahasiswa STIKES Jenderal A.Yani tingkat I terbanyak berada pada kategori tingkat kecenderungan stres berat dengan jumlah responden sebanyak 39 orang (73,6%) dan mekanisme koping terbanyak yang digunakan oleh mahasiswa adalah mekanisme koping berfokus masalah dengan jumlah responden sebanyak 27 orang (50,9%).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah stres yang dialami mahasiswa STIKES A.Yani Yogyakarta adalah stres berat, dan koping yang digunakan adalah koping yang berfokus pada masalah.

Kata kunci : *Mekanisme Koping, Kecenderungan Stres, Tingkat I, STIKES Jenderal A.Yani*

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta,

COPING MECHANISM AND TRENDS OVERVIEW
STRESS STUDY OF SCIENCE NURSING PROGRAM STUDENTS
HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCE
AHMAD YANI YOGYAKARTA GENERAL

Ekawati¹, Santi Wardaningsih², Fajriyati Nur Azizah³

ABSTRACT

The background is that every person has something called stress throughout life. Stress can provide a stimulus to change and growth, and in this case, the stress is positive and even necessary. However, too much stress can lead to poor adjustment, physical illness, and inability to cope or coping to the problem.

The purpose of this study was to determine the image categories stress levels, coping mechanisms and the tendency of student stress in STIKES General A. Yani Yogyakarta.

The research method used in this research using descriptive research method that is research that aims to create a picture or a description of a situation objectively. And sampling techniques using a sample random sampling (simple random).

The results stress experienced by the tendency of students STIKES General A. Yani highest level I was at the category level of stress propensity with the number of respondents were 39 men (73.6%) and coping mechanisms used by most students is a problem-focused coping mechanism with the number of respondents as many as 27 people (50.9%).

The conclusion of this research is the stress experienced mahasiswa STIKES A. Yani Yogyakarta is stress, and coping are using is coping that focuses on the problem.

Keywords: *Coping Mechanisms, Trends Stress, Level I, STIKES General A. Yani*

¹ Nursing Science Program, College of Health Sciences-General Ahmad Yani Yogyakarta,